

# 2021年 1月 詳細予定献立表

※アレルギー対応は★マークで表示、個数物は対応が不可能のため(代替食なし)で表示します。  
 代替食の提供なしを確認し家庭より弁当持参をお願いします。  
 対応は学校及び学校給食センターの処遇会議を経て対応が決まった児童・生徒へ行うものです。  
 ※材料・その他の都合により献立を変更することがあります。(季節の野菜・果物等がありましたら提供できる方は御協力お願い致します。)

食品群	体内でのはたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

日	曜日	こ ん だ て	主な材料と体内での働き			
			(あか) 血や肉・骨をつくる	(きいろ) 働く力や体温となる	(みどり) 体の調子を整える	調味料
6	水	ゆかりご飯 みそ汁 さばの塩焼き 揚げあえ みかん	豚にく、レバー、豆腐 さば がまほご、のり	米、無圧ベン麦 じゃがいも、大豆油	ゆかり(赤しそ) 人参、パセリ、大根、にんにく、葉	みそ、花かつお 塩
7	木	七草そつすい 揚げだし豆腐 じゃがいも炒め煮 みかん	ツナ 豆腐 ベーコン	米、無圧ベン麦 でん粉、三温糖、大豆油 じゃがいも	クワン草、ほうれん草、白菜、もやし、 人参、白根、大根、ほうれん草、もやし、パセリ トウモロコシ	塩、醤油、花かつお みりん、花かつお 塩、醤油
8	金	ピラフ ★白菜とあさりのクリームス チキンのパザル焼き 黄桃	ラム ★脱脂粉乳、ベーコン 豚にく	米、無圧ベン麦、オリーブ油 ★マニガリン、じゃがいも、小麦粉 オリーブ油 グラニュー糖	人参、玉ねぎ、グリーン、マッシュルーム、コーン 人参、白菜、玉ねぎ、マッシュルーム、しめじ パセリ、パセリ、にんにく 黄桃缶	塩、コショウ、カレー粉 塩、コショウ、黄桃
12	火	麦ご飯 筑前煮 ★松風焼き (代替食なし) もち入り小煮あん	豚にく、昆布、ちくわ ★たまご、豚にく、豆腐 小豆	米、無圧ベン麦 大豆油、三温糖 三温糖、でん粉、ごま もち粉、三温糖、でん粉	人参、れんこん、椎茸、たけのこ、いんげん しょうが	塩、醤油、花かつお 醤油、みそ 塩
13	水	麦ご飯 ★野菜のカレー ★ベーコンエッグ (代替食なし) ピクルス	豚にく、大豆 ★たまご、ベーコン	米、無圧ベン麦 じゃがいも、ルウ、大豆油	人参、玉ねぎ、大根、ピーマン、ブロッコリー、南瓜	ウスターソース
14	木	きのこスパゲティ 薄切り野菜スープ ★ポテトのチーズ煮 ★アーモンド (代替食なし)	豚にく かつ、肉団子(鶏肉・豚肉・大豆・ごま・小麦) ★チーズ★加工乳、ベーコン、白豆	ごま、グラニュー糖 パスタ(小麦)、大豆油 大豆油	大根、きゅうり、きゅうり しめじ、エリンギ、椎茸、玉ねぎ、赤ピーマン、白菜 人参、玉ねぎ、ブロッコリー、きゅうり、大根、セロリ	塩、酢 塩、醤油、豚だし 塩、醤油、豚だし 塩 塩
15	金	麦ご飯 もずく丼(具のみ) 千切りイリチー 黒糖アガラサー	もずく、豚にく 豚にく、ごんぶ ★加工乳	米、無圧ベン麦 大豆油、三温糖、でん粉 さとう、大豆油	人参、玉ねぎ、人参、赤ピーマン、小松菜、 コーン、にんにく 人参、せん切り大根、こんにゃく、ニラ	塩、味噌、豚だし 塩、醤油、味噌、花かつお ベーキングパウダー
18	月	麦ご飯 肉じゃが ★子持ちししゃもの塩焼き(代替食なし) 大根のみそ汁 みかん	豚にく ★子持ちししゃも(魚卵)ししゃも わかめ、油あげ	米、無圧ベン麦 じゃがいも、三温糖、大豆油、 大豆油 ごま	人参、玉ねぎ、椎茸、いんげん、さんたまご 大根、白菜、大根葉	塩、醤油、花かつお みそ、花かつお みかん
19	火	セサミトースト ポドツ ペンネマトソース煮 ★チーズ (代替食なし)	食パン=きいろの働き(★脱脂粉乳・小麦粉・砂糖・ショートニング・食塩) 豚にく、大豆、ワインダー、 豚ひき肉、とうふ ★チーズ	じゃがいも、でん粉、大豆油 パンネ、三温糖、オリーブ油	白ごま、黒ごま(ペースト)、三温糖・シークワーサー果汁 人参、玉ねぎ、白菜、エリンギ、ブロッコリー 玉ねぎ、トマト、パセリ、にんにく	塩、醤油、豚だし 塩、ワイン、こしょう
20	水	青菜ご飯 豚汁 ★紅手ウプサー(代替食なし) みかん	豚にく、しらす、糸けずり 豚肉、豆腐 きな粉	米、無圧ベン麦、ごま、大豆油 ★アーモンド、紅芋、タピオカ粉、三温糖	人参、からし菜、大根葉 黄人参、大根、長ねぎ、椎茸、こんにゃく	塩、醤油、豚だし みそ、花かつお
21	木	中華風焼きそば ★中華まん(手作り) (代替食なし) ★コーンと卵のスープ	豚にく ★チーズ、★加工乳、豚ひき肉、大豆、 ★たまご	中華めん、大豆油、ごま油 ★ケーキ粉(乳)★ドライカレー(乳)でん粉	人参、きゅうり、玉ねぎ、木くらげ もやし、にんにくの芽、にんにく 玉ねぎ、	ウスターソース ウスターソース、カレー粉
22	金	くふあじゅうしい きびなごの天ぷら スーナー みかん	豚にく、かまぼこ、油あげ、昆布、大豆 きびなご 豆腐、ツナ	米、無圧ベン麦、大豆油 小麦粉、大豆油 ごま、三温糖	人参、しいたけ、こんにゃく、ねぎ 人参、ふたん草、ほうれん草、白菜	塩、醤油、花かつお 塩 みそ、みりん
25	月	麦ご飯 おぼろ汁 鮭の塩焼き 揚げあえ みかん	豆腐 鮭 油あげ、かまぼこ、糸けずり	米、無圧ベン麦 ごま、ごま油	ねぎ 白菜、小松菜、青葱	みそ、花かつお 塩 醤油、味噌、花かつお
26	火	揚げパン 肉団子スープ いわさずだ みかん	揚げパン=きいろの働き(★脱脂粉乳・小麦粉・砂糖・ショートニング・食塩) 肉団子(牛・豚・鶏肉・大豆・小麦) ★たまご	でん粉、醤油 さとう、じゃが芋、マヨネーズ(大豆)	人参、玉ねぎ、白菜、木くらげ、にじり、生薑 おぼろ汁、コーン、セロリ	塩、だし 塩、こしょう
27	水	キムチチャーハン わかめスープ ★卵あんかけ (代替食なし) ★うまが干(でん) (代替食なし)	鶏肉、大豆、 豆腐、わかめ、かまぼこ ★たまご	米、無圧ベン麦、大豆油 醤油、ごま、ごま油 三温糖、でん粉	人参、玉ねぎ、白根、にら、コーン、生薑 黄人参、もやし、長ねぎ、 たけのこ、グリーンピース	塩、みりん、しょう油、 塩、醤油、味噌、豚だし 塩、醤油、うまが干
28	木	沖湯やきそば 大根の生煮あえ きくす天ぷら みかん	豚にく、かまぼこ 鶏ささみ	沖湯そば ごま油 じゃがいも、三温糖、大豆油	人参、きゅうり、玉ねぎ、もやし、ピーマン、木く 大根、きゅうり、生薑	塩、醤油、 醤油、 塩
29	金	麦ご飯 フエジョアータ ポテトフライ カラフルサラダ ブルー	豚にく、釜揚げ ポロニアソーセージ	米、無圧ベン麦 ソーダ、大豆油 じゃがいも、大豆油 オリーブ油、三温糖	人参、玉ねぎ、にんにく、葉、にんにく にんにく ピーマン、黄ピーマン、紫玉ねぎ、きゅうり ブロッコリー、カリフラワー、コーン	塩、デミグラスソース 塩、こしょう 塩、醤油、こしょう

### <調味料詳細>

濃・薄口しょうゆ(小麦・大豆)白・赤・イナムドゥチ用みそ(大豆)酢(小麦)黒豆(大豆)青豆(大豆)もやし(大豆)きな粉(大豆)マヨネーズは卵殻のマヨネーズ使用(大豆)  
 ツナ(大豆)カステラかまぼこ(大豆・卵)マーガリン(乳・大豆)バター(乳)ジェノバペースト(乳)パン粉(小麦・大豆)ケーキ粉(小麦・乳・大豆)デミグラスソース(小麦粉・鶏肉)  
 カレールウ(小麦・大豆・豚肉・鶏肉・牛肉・りんご)甜面醤(小麦・大豆)オイスターソース(かきエキス・漁獲)ポロニアソーセージ(牛肉・豚肉・大豆)  
 チリミックス(小麦・砂糖・食塩・トマト・でん粉・チリペッパー・ガッツリック・ポークエキス)

※海産物(もずく・あさり・しらす・いか・のり等)えび・かにに共生しています。 ※揚げ油(大豆)は数回使用しています。

●食品衛生法に基づくアレルギー表示義務7品目及び、推奨20品目のアレルゲンを記載しています。

表示義務7品目：卵・乳・小麦粉・えび・かに・落花生・そば

推奨20品目：あわび・いか・いくら・さけ・さば・鶏肉・ゼラチン・豚肉・牛肉・大豆・まつたけ・キウイフルーツ・オレンジ・バナナ・もも・やまいも・りんご・カシューナッツ・くるみ・ごま

●今帰仁給食センターでは、乳・卵・えび・かに・落花生・いか・たこ・あさり・ほたて・魚卵・ナッツ類を対応を行います。